

チェリーロード・ウォーキング大会



↑満開の桜の下で記念撮影

☆チェリーロード・ウォーキング大会

4月1日（土）須津青浦地区自治会主催で、「チェリーロード・ウォーキング大会」を開催し、102名の方が参加されました。（岡見まちづくりセンター共催）

ラジオ体操で体をほぐした後に、須津の漁業振興会館から青浦集会所を目指して歩きました。昨年よりも桜の開花状況がよく、良いお天気の中、桜をゆっくり眺めながらウォーキングを楽しみました。



↑小さなお子さんと親子で参加される方も多かったです



↑ウォーキング後、美味しい豚汁をいただきました

青浦集会所で休憩を取った後、桜の木の下で記念撮影をしました。往路は、食生活改善委員さんと自治会の女性チームに作っていただく豚汁を楽しみに歩きました。今回も自治会役員の方々の安全見守りのお陰で無事に終了しました。

参加者の方から「桜が満開できれいだったね！」
「ウォーキング後の豚汁がとても美味しかった」という感想をいただきました。

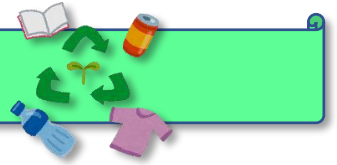
☆活動あれこれ☆



春休み環境学習会

主催：浜田市地球温暖化地域協議会

共催：岡見まちづくりセンター



☆石央リサイクルセンター&世界こども美術館見学会

3月28日(火)「春休み環境学習」として 石央リサイクルセンター、不燃ごみ処理施設の見学と世界こども美術館の見学に 岡見小児童22名が参加しました。

最初に、不燃ごみ処理施設で職員の方がモニターを使用して、処理施設の説明、浜田市のリサイクルについて丁寧に教えてくださいました。その後、巨大な埋立処分場、リサイクルセンターに案内して頂き、家庭から出たゴミがどのようにリサイクルされているかを見学しました。



つみき×パズル展示を見学しました。
6年生とは最後の春休み事業になりました。
みんなとてもいい笑顔でした！



コミナスだより

まちづくりコーディネーター 小田原 汀

5月 フレイル予防を楽しく

「フレイル」とは、健康と要介護の中間地点にある状態、「虚弱」を意味しており、フレイル予防には、【栄養】【体力】【社会参加】それに【口腔】の視点が重要でしたね。

今回は、この“口腔ケア”を楽しく実践されている例を紹介します♪

一般社団法人グッドネイバースカンパニーが開発された、くちビルディング選手権というパッケージがあります。『口ひげペロリ』といった、口と鼻のあいだにつけて髭に見立てた焼海苔をどれだけ早くとれるかというゲームや、みんなで新しい競技を発想する『歯ツカソン！』などの種目を面白おかしくスポーツ感覚でされています。

遊びや交流をきっかけに、子どもからお年寄りまで世代を問わず、楽しくフレイル予防に取り組んでいけるとよいですね。

☆参加者募集☆



申し込み・問い合わせ 岡見まちづくりセンター 32-2298

☆さつまいもオーナーになろう！

さつまいもの苗を植えて、秋に収穫をします。
例年5kg以上の収穫があります。また、わくわくマーケット用の苗の植え付けのお手伝いもします。申し込みは家族単位でお願いします。

【対象者】子どもを含む家族

※祖父母の参加も大歓迎！子供だけでの参加、収穫のみの参加は不可。定員に余裕がある場合は、大人だけの参加が可能です。

【日時】6月11日（日）10時～

【場所】西の谷地区

【参加費】一家族 600円（苗10本）

【定員】10家族程度

【締め切り】5月26日（金）



☆大豆づくりメンバー（畑の応援団）募集!!

今年も宮ヶ迫の畑で大豆を栽培します。畑の準備から収穫までをお手伝いいただける方を募集します。希望される方は収穫した大豆を使った味噌づくりにも参加できます。

主な作業行程は次の予定です。

- ・畑作り 5月上旬
- ・種まき 6月上旬
- ・草取り、元寄せ 7月頃
- ・収穫 10月下旬
- ・脱穀 11月上旬
- ・味噌作り 1月下旬（希望者）

参加いただける方は、5月10日頃までにセンターへご連絡ください。

まちづくり情報

☆人の目交通監視

防犯防災部会では、「春の全国交通安全運動」（5/11（木）～5/20（日））にあわせて、交通安全協会や自治振興会、地元企業などと協力して、安全運転を呼びかけます。多くの方にご参加いただけるとありがたいです。

【日時】5月15日（月）

7時00分～7時40分

【場所】矢富石油店前（国道9号線歩道）

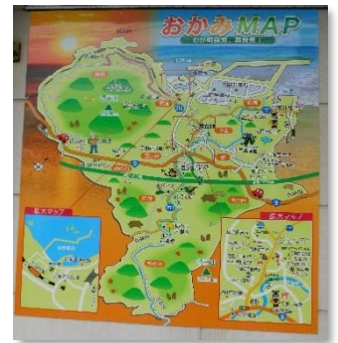
※申し込み不要

矢富石油店横（株伸和第2駐車場へお集まりください）。

☆おかみMAP完成

文化広報部会では、昨年度、「おかみMAP制作事業」を浜田市課題解決特別事業に申請し、採択されました。そして、掲載内容などの検討を重ね、3月末に完成。わくわくマーケットの壁面に取り付けました。ぜひ立ち止まってご覧ください。

まちづくりセンターや各集会所などにも縮小版を掲示する予定ですのでご活用ください。



☆花いっぱい

生活環境部会が育てたチューリップが今年もきれいに咲きました。



☆コピー機・印刷機使用料変更について

コピー機・印刷機（岡見まちづくり推進委員会）の使用料について次のように変更します。

（ 部分を変更 5月1日より）

| 使用者 | コピー機 | 印刷機（紙を持参） | 印刷機（紙無し） |
|-----------------------------|--------------------------------------|--|---------------------------------|
| 岡見地区まちづくり推進委員会 及び 推進委員会構成団体 | 1ページにつき 20枚まで無料 (21枚以上は印刷機を使用) | 無料 | 紙代として A4 1枚1円 A3 1枚2円 |
| その他の団体、個人 | モノクロ 1枚10円 カラー 1枚50円 | 1ページにつき 20枚まで 200円 21枚以上 200円+2円×枚数 | 左料金に紙代を加算 A4 1枚1円 A3 1枚2円 |



5月の利用予定

土曜、日曜、祝日は職員不在日ですが、貸館での使用は可能です。

| 日 | 曜日 | センター事業・教室・サークル等 | 会議等 | 日 | 曜日 | センター事業・教室・サークル等 | 会議等 |
|----|----|----------------------|------------------|------------------|----|----------------------|-----|
| 1 | 月 | | | 17 | 水 | 詩吟教室・神遊座 | |
| 2 | 火 | 大正琴教室 | 交通安全協会 | 18 | 木 | ひよこクラブ | |
| 3 | 水 | 職員不在日 憲法記念日 神遊座 | | 19 | 金 | ウクレレサロン | |
| 4 | 木 | 職員不在日 みどりの日 | | 20 | 土 | 職員不在日 子ども神楽教室 | |
| 5 | 金 | 職員不在日 こどもの日 | | 21 | 日 | 職員不在日 | |
| 6 | 土 | 職員不在日 子ども神楽教室 | | 22 | 月 | 3B体操教室 | |
| 7 | 日 | 職員不在日 バドミントン教室 | | 23 | 火 | 書き写し会 | |
| 8 | 月 | 3B体操教室 | | 24 | 水 | 詩吟教室・神遊座 | |
| 9 | 火 | 書き写し会 | | 25 | 木 | ひよこクラブ・謡曲同好会・フラダンス教室 | |
| 10 | 水 | 詩吟教室・神遊座 | | 26 | 金 | カラオケ同好会 | |
| 11 | 木 | ひよこクラブ・ひばりの会・フラダンス教室 | | 27 | 土 | 職員不在日 子ども神楽教室 | |
| 12 | 金 | カラオケ同好会 | | 28 | 日 | 職員不在日 | |
| 13 | 土 | 職員不在日 子ども神楽教室 | まちづくり推進委員会 総会 | 29 | 月 | 3B体操教室・地域井戸端会 | |
| 14 | 日 | 職員不在日 | | 30 | 火 | | |
| 15 | 月 | 3B体操教室 | 人の目交通監視 | 31 | 水 | 詩吟教室・神遊座 | |
| 16 | 火 | 大正琴教室 | | 毎週火曜日：海乃商店（鮮魚販売） | | | |



三隅氏発祥800年

～未来へつなごう 郷土の誇り～

三隅氏発祥 800年記念事業 記念講演会と企画展について

三隅氏発祥 800年の会では、次のとおり記念講演会及び企画展を開催いたします。

■記念講演会

【開催日時】令和5年6月3日（土） 10:00～11:30

【会場】三隅まちづくりセンター小ホール

【演題】三隅家と結ぶ 三浦三家物語

～長浜人形との関り～

【講師】三隅郷土史研究会 三浦博文 氏

■企画展

古長浜人形・置物一門展

【開催日時】令和5年6月3日（土）、4日（日）

9:00～16:00

【会場】三隅まちづくりセンター創作室

※いずれも、入場無料で、申し込みは不要です。

お問合せ先:0855-32-0500(三隅まちづくりセンター)

【ラブック号】

日時 5月17日（水）

11:00～11:30

場所 わくわくマーケット駐車場

～あとかき～

・今年桜の開花が早かったですが、花もちがよく、思いのほか長く楽しめました。今はツツジが満開。色々な花も咲いて、きれいな季節になりました。あわせて雑草も勢いよく育っています。センター長は朝からセンター周辺の草刈り作業中です。みなさんも草刈り作業をされる時、事故と熱中症には十分気を付けてください。

・元気良く（たまには疲れた様子で）、新1年生が児童クラブに帰ってきます。まだまだ顔と名前が一致しません。下駄箱の名札を見ながら覚えています。もう少し時間がかかりそうです（笑）。

・私がセンターなどでの出来事や感じた事をたよりのあとかきとして書き始めて18年目（「きらきら」を含む）になりました。そこで、今年度からこのコーナーを職員が交代で担当することになりました。次回は野上主事の予定です。